

# ПЕДАГОГИКА И ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ

УДК 373.1+37.032

DOI 10.18413/2313-8971-2015-1-3-60-69

**Орехова Т.Ф.****ЗДОРОВЬЕТВОРЯЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ  
В СОВРЕМЕННОЙ ШКОЛЕ:  
АКТУАЛЬНОСТЬ И ТЕОРЕТИКО-  
ПРАКТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ****Орехова Татьяна Федоровна***доктор педагогических наук, профессор*

Магнитогорский государственный технический университет им. Г. И. Носова

пр. Ленина, 38, Магнитогорск, 455000, Россия

E-mail: orehovna49@mail.ru

## АННОТАЦИЯ

В статье представлена авторская концепция здоровьесотворяющего образования с обоснованием актуальности его организации в современной школе; раскрываются теоретические основания, положенные в основу разработки концепции; определяются цель и задачи здоровьесотворяющего образования как одной из функций целостного педагогического процесса, показаны пути организации образования, ориентированного на сохранение и укрепление здоровья учащихся и учителей как субъектов педагогического процесса, а также высказываются идеи автора о возможности включения в образовательный процесс современной школы урока здоровья как урока познания себя.

**Ключевые слова:** здоровьесотворяющее образование, культура личности, здоровье человека, учитель, учащиеся.

## EDUCATION AND HEALTH PSYCHOLOGY

---

UDC 373.1+37.032

DOI 10.18413/2313-8971-2015-1-3-60-69

*Orekhova T.F.*

### **HEALTH-ORIENTED EDUCATION IN MODERN SCHOOL: CHALLENGES, THEORETICAL AND PRACTICAL RATIONALE**

**Orekhova Tatiyana Fedorovna***Doctor of Education, Professor*

Magnitogorsk State Technical University name of G.I. Nosov,

38, Lenin Avenue, Magnitogorsk, 455000, Russia;

E-mail: [orehovna49@mail.ru](mailto:orehovna49@mail.ru)

---

### ABSTRACT

The author presents the author's concept of health-oriented education and substantiates the relevance of its organization in the modern school. The article reveals the theoretical rationale underlying the development of the concept; determines the purpose and objectives of health-oriented education as one of the functions of complete pedagogical process; demonstrates the ways of organizing education aimed at preserving and improving the health of students and teachers as subjects of the pedagogical process; expresses the author's ideas about the possibility of inclusion of a health lesson as a lesson of self-understanding into the educational process of modern schools.

**Keywords:** health-oriented education; culture of personality; human health; teacher; students.

Необходимость организации образования, ориентированного на сохранение и укрепление здоровья школьников, была осознана и обозначена как проблема еще в 1980-х годах, когда И. И. Брехман в одной из своих работ высказал идею о том, что «нужна не альтернативная, а содружественная медицине наука» [67, с. 5], которая бы занималась изучением именно здоровья человека и при этом не через болезнь, а через понимание человека как носителя здоровья во всем многообразии его проявлений. Специалист же по здоровью «фактически должен быть воспитателем навыков и правил поведения, важных для сохранения здоровья. Он должен не лечить человека, а учить (выделено нами. – Т. О.) его» [3, с. 14], добавим, учить тому, как стать и быть здоровым. Таким образом, было положено начало разработки новой науки, для названия которой И. И. Брехман предложил термин «валеология» (от латинского *vale* – будь здоров); науки, которая, по его мнению, должна заниматься здоровьем человека (подчеркнем, именно человека. – Т. О.) в аспекте его становления, восстановления, поддержания, укрепления и наращивания.

Именно с этого времени в педагогической науке и практике стали появляться различные термины, обозначающие связь здоровья и образования: «здоровьесберегающее образование» (С. Г. Сериков); «педагогика здоровья», «валеопедагогика», «валеологическая педагогика» (В. В. Колбанов); «педагогическая валеология» (Л. Г. Татарникова); «эколого-валеологическое образование» (З. И. Тюмасаева), «здравотворчество» (Г. К. Зайцев, В. В. Колбанов), «здоровосозидающая педагогика» (Г. К. Зайцев), «здоровосозидательная», «здравотворческая» деятельность (Государственный стандарт, обоснование специальности «педагог-валеолог»), «здоровьетворящее образование» (Т. Ф. Акбашев, Т. А. Солдатова), «здоровьесориентированное образование», «здоровьесориентированная деятельность» (Н. В. Третьякова), здоровьесберегающие технологии (Н. К. Смирнов). Кроме того, в обыденной педагогической речи можно слышать термины «здоровообразовательная педагогика», «здоровоформирующие технологии», «здоровосохранные технологии» и пр.

Сравнительный анализ вышеназванных и других аналогичных им понятий дает основание объединить их в две группы: 1) обозначающие направленность образовательного процесса на сохранение наличного уровня здоровья участников образования (здоровосохранный, здоровьесохранный, здоровьесберегающий, здоровсберегающий и т. п.); 2) отражающие векторную направленность образовательного процесса на повышение уровня (здравотворческая, здоровосозидательная, здоровообразовательная, здоровоформирующая). Не отрицая возможности использования всех этих понятий, мы, однако, считаем, что понятие «здоровьетворящее образование» (а также образованные от него понятия «здоровьетворящая педагогика», «здоровьетворящая деятельность», «здоровьетворящие технологии», «здоровьетворящие методы», «здоровьетворящие средства» и пр.) наиболее точно в семантическом, смысловом, лингвистическом и педагогическом отношении отражают суть образования, ориентированного на сохранение и укрепление здоровья его субъектов, и более всего соответствует, во-первых, природе человека, во-вторых, его культурной сущности и, в-третьих, целевой направленности образования любого уровня на становление личности во всех возможных проявлениях человека как *субъекта деятельности* (то есть индивида в состоянии сознательной деятельности активности), как «ансамбля (по К. Марксу) *всех его действительных отношений*» (то есть как субъекта, находящегося в культурно очерченных связях с окружающим его миром в многообразии проявлений всех его сфер: природы, общества, культуры) и как «*творца*» *своей жизни* в определенных его природой пределах (то есть как воплотителя своего волеизъявления).

При этом *творение* мы употребляем в значении «сотворенья», «созидания» и трактуем как «деятельное», процессуальное явление, как некий процесс «делания» человеком чего-либо; под *образованием* в самом обобщенном смысле этого слова мы понимаем процесс формирования в сознании растущего человека образа своего «Я» как разумного начала своего существа; а *здоровье человека* относим к сфере культуры его личности и определяем как объем (запас) жизненных

сил человека, данных ему от природы при рождении, которыми он в своей культурной (то есть сознательной) жизни и деятельности пользуется разумно (сохраняя, поддерживая, укрепляя и наращивая) или неразумно (истощая и растрачивая). Таким образом, можно утверждать, что состояние здоровья человека в определенном смысле является показателем уровня культуры его личности. Поскольку же под личностью мы понимаем совокупность всех отношений человека с окружающим миром во всем многообразии его проявлений и в том числе к себе, то правомерно говорить о культуре отношения человека к своему здоровью.

В связи с этим представляется необходимым раскрыть наше понимание культуры личности. В трактовке данного понятия мы исходим из того, что личность – это результат культурной жизни человека, которая протекает в социуме. При этом качество этой жизни определяется, во-первых, характером общения индивида с окружающими людьми; во-вторых, активностью его сознания в процессе взаимодействия с разными сторонами окружающего мира и, в-третьих, собственной деятельностной активностью человека, управляемой его волей. Следовательно, можно утверждать, что уровень индивидуальной культуры личности зависит от способности человека сознательно и целенаправленно управлять собой: своими мыслями, своими действиями, своими телесными и эмоциональными проявлениями, то есть своим поведением в соответствии с усвоенными и принятыми в качестве требования общественными нормами поведения культурной личности. При этом мы отдаем себе отчет в том, что и мысли, и эмоции сначала возникают, а затем человек их осознает и начинает ими сознательно управлять, поэтому культура личности, с нашей точки зрения, определяется той мерой, в какой человек способен подчинить своей воле свои организменные проявления: телесные, психические и интеллектуальные. Отсюда под культурой отношения к своему здоровью мы понимаем способность индивида на протяжении всей сознательной жизни управлять, во-первых, природосообразными телодвижениями, сохраняя соответствующую возрастным и индивидуальным особенностям работоспо-

собность опорно-двигательного аппарата; во-вторых, протекающими в его организме физиологическими процессами в определенных, то есть культурно обусловленных и природно целесообразных, границах; в-третьих, своими чувствами и эмоциями; и, наконец, в-четвертых, своими мыслями, замечая их возникновение и контролируя их развитие и течение. На основании такого понимания мы выделяем в человеке культуру физическую в совокупности с физиологической, психологическую и интеллектуальную. И именно эти виды культуры отношения личности к своему здоровью выступают, в нашем понимании, в качестве *результата здоровьетворящего образования*, которое мы определяем как *целенаправленно организованный педагогический процесс, обеспечивающий становление здоровья учащихся и учителей как феномена культуры их личности в условиях взаимодействия в течение каждого учебного дня*. При этом здоровьетворящее образование представляет собой не отдельный образовательный процесс, а *отражает качественную характеристику* особым образом организованного целостного педагогического процесса, нацеленного на *формирование у учащихся и учителей готовности к здоровьетворению*, которая является *качеством личности*, обуславливающим *здоровый образ их жизни* и обеспечивающим благодаря этому *становление* (то есть сохранение, поддержание, укрепление и наращивание) *их здоровья*, что, в конечном итоге, способствует полноценному решению образовательных задач. *Организация здоровьетворящего образования* обеспечивается *включением учителей и учащихся в активное творение собственного здоровья* в ходе образовательного процесса.

Постановка цели здоровьетворящего образования – это принципиально важный вопрос, так как в этом понятии интегрируются явления их двух разных социальных сфер: *медицины*, для которой предметом деятельности является здоровье индивида со стороны соматики, и *образования*, предметом которого является формирование личности растущего человека во всем ее многообразии, что входит в сферу культурной деятельности человечества. Отсюда решение проблемы здоровья школьников и постановка в связи



с этим проблемы организации здоровьесотворяющего образования закономерно требует ответа на вопрос о роли и месте учителя в данных процессах, а именно: 1) какую меру ответственности можно возложить на учителя за состояние здоровья учащихся в целом, 2) сохранение и укрепление каких его составляющих может зависеть от учителя, и 3) каким образом учитель может влиять на физическое здоровье школьников?

Согласно содержанию деятельности учителя, он может оказать влияние на здоровье учащихся, если в его функции входят, по крайней мере, три задачи: 1) *обучения детей здоровью*, то есть оснащения их необходимыми и достаточными знаниями о здоровье и способах его сохранения, поддержания, укрепления и наращивания в доступных для человека пределах; 2) *воспитания у них привычки заботиться своим здоровьем* на доступном для их возраста уровне с учетом индивидуальных возможностей конкретного организма; 3) *развития у них способности управлять различными, протекающими в их организме процессами (физическими, физиологическими, психическими, интеллектуальными) в пределах, определяемых возрастными возможностями каждой группы учащихся, с одной стороны, и условиями, в которых протекает конкретный педагогический процесс, с другой стороны*. Таким образом, определение педагогических задач относительно здоровья учащихся требует четкого разграничения того, что подвластно учителю и того, на что он влиять не в силах. Отсюда, цель здоровьесотворяющего образования состоит в *формировании у учащихся и учителей как субъектов педагогического процесса готовности к здоровьесотворению*, являющейся одним из *качеств личности* и складывающейся из *потребности, способности и решимости* человека *стать и быть здоровым*. Вербальным выражением потребности выступает глагол «хочу»; способности – могу (то есть имею знания и умения); а решимости – глагол «буду». Отметим, что разное время этих глаголов, связано с сущностью *готовности*, обозначающей *внутреннее состояние субъекта* и деятельностью еще не являющейся. Это состояние «преддеятельности», согласия субъекта сделать что-либо, своеобразная направленность деятельно настроенной личности на проявление своей активности в определенной

деятельности, «приспособленность» индивида к данной деятельности, условие ее успешного осуществления. Таким образом, решимость понимается нами как устремленность человека на некую деятельность, как форма присутствия у него деятельностных намерений.

В представлении А. В. Петровского, устремленность – это такая форма активности, в которой «хочу» и «могу» выступают совместно, поддерживая друг друга и переходя друг в друга: «Устремленный человек знает, чего он хочет, располагает определенной схемой действия и, кроме того, действует... Быть устремленным – это значит располагать возможностями, которые прорываются вовне... Устремления – это направленность человека на продуцирование таких действий, процесс осуществления которых сам по себе переживается как наслаждение. Здесь сама возможность действия превращается в побуждение («могу» превращается в «хочу»), а удовлетворение желания действовать, очевидно, порождает рост возможностей действия» [12, с. 7-8]. Ш. А. Амонашвили считал устремленность родовым признаком человека вообще и ребенка в особенности и называл ее страстью, формой «стихийного», то есть управляемого природой движения ребенка в своем развитии [2, с. 15-19].

Формирование у учащихся и учителей готовности к здоровьесотворению как цели здоровьесотворяющего образования обеспечивается решением следующих задач: 1) формирование у них системы знаний о здоровье человека и путях и способах его становления; 2) оснащение их способами становления своего здоровья в условиях образовательного процесса; 3) обеспечение условий для постоянного применения полученных знаний и освоенных способов в разных сферах своей жизнедеятельности.

Реализация первой задачи осуществляется через ориентацию содержания образования на здоровье как фундаментальную ценность человеческой жизни; решение второй задачи предполагает а) реализацию системы мероприятий, предусматривающих активизацию адаптационных механизмов и наращивание резервных мощностей организмов учащихся и учителей, и б) обучение их способам управления становлением своего здоровья; претворение в жизнь третьей задачи обеспечивается

созданием условий для здоровьесотворяющей деятельности учащихся и учителей как в рамках учебного процесса, так и за его пределами. Это значит, что: 1) организация всего образовательного процесса обеспечивает учителям и учащимся возможность заниматься своим здоровьем, применяя освоенные способы его становления; 2) все оздоровительные мероприятия соотношены с возможностями конкретного учебного процесса, протекающего в конкретных условиях конкретного образовательного учреждения; 3) непреложное выполнение учителями установленных мероприятий по сохранению своего здоровья и здоровья учащихся считается показателем должного выполнения ими своих функциональных обязанностей. Поясним. Мы считаем нацеленность образовательного процесса на здоровье учителей одной из принципиальных позиций концепции здоровьесотворяющего образования, ибо, как известно, успешность и эффективность любого дела значительно возрастает (а иногда и полностью определяется) личной заинтересованностью исполнителя в его результате. Отсюда следует, что учитель только тогда без сожаления выделяет на своих уроках время для занятия здоровьем, если воспринимает все мероприятия, ориентированные на здоровье, как необходимые и полезные лично для себя самого, видит личный смысл в них, их действенность не только для учащихся, но и для себя, если он уверен в их так сказать педагогической рентабельности, то есть в том, что эти занятия способствуют повышению результативности не только учеб-

ной деятельности учащихся, но также и их собственного педагогического труда.

Основу содержания здоровьесотворяющего образования составляет вся совокупность знаний о здоровье человека и путях его становления, необходимых субъекту для сохранения и укрепления своего здоровья в процессе жизни и деятельности. Эти знания учащиеся получают в логике, которую задает так называемая «пирамида здоровья» (см. рисунок), разработанная Т. А. Солдатовой и С. С. Сулягиным и скорректированная нами в соответствии с нашим пониманием сущности здоровья. В основе заданного «пирамидой» пути здоровья лежит логика, отражающая иерархию жизненно значимых процессов, протекающих в организме человека (в его теле и душе). Это, во-первых, основные физиологические процессы, обеспечивающие жизнедеятельность организма человека (дыхание, сон, питание, движение), во-вторых, процессы, обусловленные взаимодействием человека с окружающей его природной средой (солнце, воздух, вода, земля и другими природными факторами), и, наконец, в-третьих, процессы, источником которых являются его взаимоотношения с другими людьми и, в первую очередь, с людьми противоположного пола (см. рисунок 1). В основе пирамиды лежит сознание как определяющий фактор здоровья человека (см. [10]), а на вершине – дух как сущностный признак человека, основа его человеческого существования, движущей силой которого, по нашему мнению, является креативность личности. Поясним.



Рис. 1. «Пирамида здоровья»

Fig. 1. «Health Pyramid»

В современной психологии креативность считается одним из сущностных свойств человеческой природы и понимается как творческая направленность, врожденно свойственная всем людям. Тезис о творческой природе человека прослеживается практически во всех исследованиях, посвященных творчеству. Мы считаем, что творческая направленность является движущей силой развития человека на протяжении всей его жизни, но у каждого человека проявляется по-разному как качественно, так и количественно, что зависит от многих факторов: условий жизни, воспитания, уровня образованности, природной одаренности и т. д. Достаточно сказать, что вся жизнь человека – это «сплошное творчество» в ситуации неопределенности, когда каждый очередной шаг человека – это каждый раз новый шаг – шаг в неизвестность, так как никому не дано знать, что ждет его впереди. Даже если человек планирует, то этот план есть своего рода ожидание, которое может оправдаться, может оправдаться с поправками на реальную действительность, а может и не оправдаться. К тому же никому не дано точно знать, как он поступит в той или иной ситуации, пока она не случилась.

Достаточно явно творческая натура человека обнаруживается в ситуациях выбора, когда индивид встает перед необходимостью проявить самостоятельность в принятии решений, связанных с обстоятельствами его личной жизни, когда нет возможности действовать по образцу и нужно творчески, оригинально, только по-своему подходить к протраиванию пути реализации принятого решения, в том числе и по отношению к своему здоровью, так как никому от природы не дается знание об уровне своего здоровья как объеме жизненных сил, поэтому устанавливается этот уровень только в процессе деятельностной активности человека посредством накопления опыта.

Предлагаемый в «пирамиде здоровья» путь здоровья соответствует представлению о целостности человека, позволяет учитывать его органическую взаимосвязь со всеми составляющими окружающего мира, обеспечивает сохранение его уникальности и индивидуальности в процессе становления здо-

ровья, а также достижение положительного результата в ситуации неопределенности, в которой, по сути, и протекает жизнь человеческого сообщества. При этом становление здоровья учащихся и учителей происходит:

- комплексно (знания ими одновременно приобретаются, усваиваются, перерабатываются, применяются и передаются);

- на каждой ступени параллельно осуществляется работа и с телом, и с душой, и с разумом, ибо овладение умением управлять собой невозможно без напряжения «ума и сердца», без активности сознания и воли;

- на всех ступенях пирамиды каждый из них строит отношения и с самим собой, и с разными другими окружающими его людьми;

- движение по пути здоровья реализуется только во взаимодействии учителей и учащихся, что является принципиально важным и определяющим условием организации здоровьесотворяющего образования.

Итак, организация здоровьесотворяющего образования в современной школе обеспечивается реализацией, по крайней мере, двух наиболее доступных в настоящее время, необходимых, но не вполне достаточных педагогических условий: 1) обеспечение здоровьесотворяющей направленности каждого школьного урока по любому учебному предмету и 2) поддержание здоровья учащихся и учителей в течение учебного дня через реализацию системы комплексного коллективного оздоровления посредством активизации физической составляющей здоровья человека. Суть ее состоит в том, что учащиеся и учителя всей школы в течение полного учебного дня по частям выполняют определенный комплекс физических и других специальных упражнений для сохранения и поддержания здоровья. При этом весь коллектив школы (учащиеся всех классов и все работающие в этот день учителя) на каждом уроке выполняют одни и те же упражнения, но скорректированные с учетом возрастных особенностей каждой группы учащихся, благодаря чему в течение каждого учебного дня последовательно и постепенно «упражняется» весь организм и детей, и взрослых. Ответственный за эту работу специалист в сотрудничестве

с другими специалистами (педагогом-валеологом, учителем здоровья, учителем физкультуры и пр.) подбирает или разрабатывает несколько вариантов оздоровительных комплексов и организует инструкторскую подготовку учителей школы, в обязанность которым и вменяется проведение динамических пауз на своих уроках. Кроме того, роль инструкторов могут выполнять учащиеся старших классов (см. [7]).

Кроме того, особенно желательным является организация в школе уроков здоровья и нравственности, направленных на обучение учащихся здоровью через формирование у

них системного представления о здоровье и воспитание привычки к здоровьесберегающей жизни (см. [9] и [11]). На наш взгляд, урок здоровья – это урок познания ребенком самого себя, урок, на котором каждый сам для себя является предметом изучения, наблюдения, размышления, в результате которого рождается понимание самого себя, а через это и понимание других людей, так как понимание, по нашему мнению, – ключ к решению многих проблем, вызванных отсутствием у человека истинных знаний о себе и своих возможностях.



**ЛИТЕРАТУРА:**

1. Акбашев Т.Ф., Солдатова Т.А. Всеобщая валеограмотность. Челябинск, 1995. 16 с.
2. Амонашвили Ш.А. Размышления о гуманной педагогике. М.: Изд. Дом Шалвы Амонашвили, 1995. 496 с.
3. Брехман И.И. Человек и биологически активные вещества. 2-е. изд. М.: Наука, 1980. 119 с.
4. Зайцев Г. Время педагогики здравосозидающей // Народное образование. 2002. № 6. С. 193-200.
5. Здоровое поколение: программа уроков здоровья и нравственности для учащихся 1-11 классов средней общеобразовательной школы /авт.-сост. Т.Ф. Орехова, Т.В. Кружилина. М.: ФЛИНТА, 2011. 60 с. 148 Кб. URL: <http://bookz.ru/authors/t-orehova.html> (дата обращения 06.08.2015)
6. Колбанов В.В. Валеология: Основные понятия, термины и определения. СПб.: ДЕАН, 1998. 232 с.
7. Колмогорова Л.М., Орехова Т.Ф. Подготовка будущих учителей в образовательном пространстве педагогического колледжа к сохранению и укреплению здоровья учащихся : практико-ориентированная монография. Магнитогорск: МаГУ, 2011. 198 с.
8. Орехова Т. Ф. Организация здоровьесовещающего образования в современной школе : монография. – М.: Флинта, 2011. 1 Мб. URL: <http://bookz.ru/authors/t-orehova.html> (дата обращения 06.08.2015).
9. Орехова Т. Ф., Доцоев Л.Я., Кружилина Т.В. О значении сознания для здоровья человека: педагогический аспект // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. 2015. № 2. С. 122-133.
10. Орехова Т.Ф., Кружилина Т.В. Урок познания себя в начальной школе // Психолого-педагогические проблемы введения Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования второго поколения : матер. Всерос. науч.-практ.. конф. с междунар. участием. Уфа : Изд-во БГПУ, 2010. С. 60-71.
11. Петровский А.В. Психология о каждом и каждому о психологии. 2-е изд., испр. и доп. М.: Изд-во РОУ, 1996. 328 с.
12. Сериков Г.Н., Сериков С.Г. Здоровьесбережение в гуманном образовании: монография. Екатеринбург-Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 1999. 242 с.
13. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы. М.: АРКТИ, 2003. 272 с.
14. Татарникова Л.Г. Педагогическая валеология: Генезис. Тенденции развития. СПб.: Изд-во «Петроградский и К°», 1995. 352 с.
15. Третьякова Н.В. Обеспечение качества здоровьесберегающей деятельности образовательных организаций (организационно-педагогический аспект) : дис. ...д-ра пед. наук. Екатеринбург, 2014. 431 с.
16. Тюмасева З.И., Орехова И.Л., Гладкая Е.С. Эколого-валеологическая подготовка педагогов к оздоровительной деятельности. Челябинск: ЗАО «Цицеро». 2013. 294 с.

**REFERENCES:**

1. Akbashev T.F., Soldatova T.A. General Valeological Literacy. Chelyabinsk, 1995. 16 p.
2. Amonashvily SH.A. Reflections on Humane Pedagogy. M. :. House Shalvy Amonashvili, 1995. 496 p.
3. Brekhman I.I. Man and Biologically Active Substances. 2nd. ed. M. :. Nauka, 1980. 119 p.
4. Zaitsev G. The Time of Health-oriented Pedagogy // Education. 2002. № 6. Pp. 193-200.
5. Healthy Generation: the Program of Health and Morality Lessons for Pupils of 1-11 grades of the Secondary School /Comp. by T.F. Orekhova, T.V. Kruzhilina. M.: FLINTA, 2011. 60 p. 148 K6. URL: <http://bookz.ru/authors/t-orehova.html> (date of access: August 6, 2015).
6. Kolbanov V.V. Valeology: Basic Concepts, Terms and Definitions. SPb. :. DEAN, 1998. 232 p.
7. Kolmogorova L.M., Orekhova T.F. Preparation of Future Teachers in the Educational Space of the Pedagogical College to the Preservation and Strengthening of Health of Students: Practice-oriented Monograph. Magnitogorsk: MaGU, 2011. 198 p.
8. Orekhova T. F. Organization of Creative Health Education in the Modern School: a monograph. – M.: Flinta, 2011. 1 M6. URL: <http://bookz.ru/authors/t-orehova.html> (date of access: August 6, 2015)
9. Orekhova T. F., Dotsoev L.YA., Kruzhilina T.V. The Significance of Knowledge for Human Health: a Pedagogical Aspect // Vestnik Chelyabinsk State Pedagogical University. 2015. № 2. Pp. 122-133.
10. Orekhova T. F., Kruzhilina T.V. The Lesson of Self-understanding in Primary Schools // Psychological-pedagogical Problems of the Introduction of the Federal State Educational Standard of Primary Education of the Second Generation. Mater. Proc. scientific and practical .. Conf. with int. participation. Ufa: Izd. BGPU, 2010. Pp. 60-71.
11. Petrovskiy A.V. The Psychology of Everybody and to Everybody. 2nd ed., Rev. and add. M. :. Publishing House ROU, 1996. 328 p.
12. Serikov G.N., Serikov S.G. Health Preservation in Humane Education: a monograph. Yekaterinburg, Chelyabinsk Publishing House CHGPU, 1999. 242 p.
13. Smirnov N.K. Health-educational Technologies in the Work of Teachers and Schools. M. :. ARKTI, 2003. 272 p.
14. Tatarnikova L.G. Educational Valeology: Genesis. Trends of Development. SPb. :. Publishing House «Petrogradskij i K°», 1995. 352 p.
15. Tretyakova N.V. Ensuring the Quality of Health-educational Activities of Organizations (Organizational and Pedagogical Aspect): Dis. ... Dr. ped. Sciences. Ekaterinburg, 2014. 431 p.
16. Tyumaseva Z.I., Orekhova I.L., Gladkaya E.S. Ecological and Valeological preparation of teachers for Recreational Activities. Chelyabinsk ZAO «Tsitsero». 2013. 294 p.